

7月のこんだて

*都合により献立を変更する場合があります。
 *未満児は午前中にフルーツや手作りおやつ等があります。
 *★印は手作りおやつです。

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび	
3日	4日	5日	6日	7日	8日	1日
れんこんの五目豆 わかめの酢の物	白身魚のカレームニエル キャベツのサラダ 人参のグラッセ わかめスープ	ひじきと切干大根の煮物 フライドパンプキン	ゆで卵入りコロック キャベツときゅうりのゆかり和え トマト	ちらしずし セタのすまし汁	豆腐の中華煮 海藻サラダ	ミートスパ コーンスープ
ジョア クラッカー・チーズ	牛乳 ★ホットドック	牛乳 ヨーグルト	牛乳 せんべい・チーズ	牛乳 スイカ	牛乳	牛乳
10日	11日	12日	13日	14日	15日	
じゃが芋の肉みそあんかけ 人参の友禅和え	大豆おこのみ そうめん汁 チーズ	ハンバーグ ポイルブロッコリー ゆで卵 人参のグラッセ	高野豆腐のはさみ煮 バナナ	わかめごはん 鶏のからあげ ブロッコリーのカツオ和え 冬瓜のみそ汁	冷やし中華 味付けのり	
牛乳 ★手作りゼリー	飲むヨーグルト クラッカー	牛乳 ★手作りマフィン	牛乳 ★黒糖わらびもち	牛乳 プリン	牛乳	
17日	18日	19日	20日	21日	22日	
海の日	夏肉じゃが 枝豆	キャベツの八宝菜 ゆで卵	鯖の梅煮 こんにゃくの含め煮 ひじきのナムル	スープカレー トマト カッターチーズの ミックスサラダ	夏酢豚 バナナ	
	牛乳 ビスケット・チーズ	牛乳 ★豆腐入り人参ケーキ	牛乳 オレンジ	牛乳 ★白ごまクッキー	牛乳	
24日	25日	26日	27日	28日	29日	
麻婆豆腐 ししゃものから揚げ ゆで卵	冬瓜と鶏肉のみそ炒め わかたまスープ	鮭のフライ キャベツの和風サラダ トマト みそ汁	おからと豆腐のおやき ブロッコリーのごま和え ゆで卵	海鮮チャプチェ トマトスープ	冷やしうどん	
ジョア バナナ	牛乳 ★カミカミ干し芋・チーズ	牛乳 菓子ぱん	牛乳 ★フルーツポンチ	牛乳 ゼリー	牛乳	
31日						
夏野菜炒め ゆで卵 バナナ 牛乳 せんべい・チーズ						